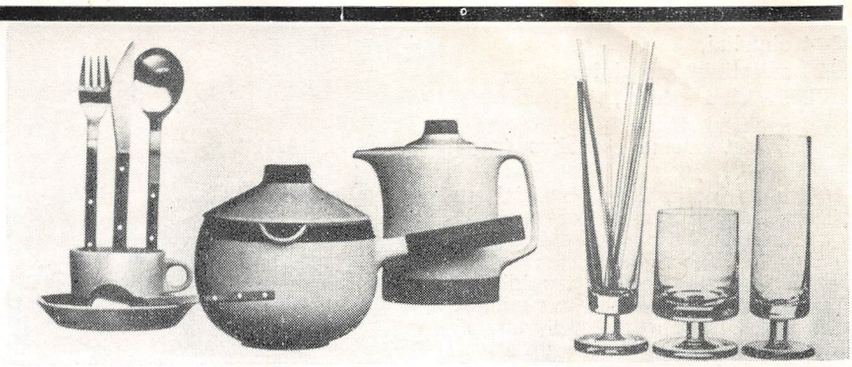
• Šeimininkių kampelis

VEDA L. MURAUSKIENĖ



Moka tortas

⅔ puoduko miltų
⅔ puoduko kukurūzų krakmolo (corn starch)
8 kiaušiniai
¾ svaro cukraus pudros
vanilės esencijos.

Kiaušinius, cukrų ir vanilę plakti, kol cukrus ištirps. Tada masę supilti į dvigubą virimo puodą ir pamažu užkaitinti, nuolatos maišant, kol masė pasidarys šilta. Dadėti sijotus miltus ir kukurūzų krakmolą. Gerai išmaišyti ir pilti į vaškiniu popieriu ištiestą formą ir perteptą riebalais. Kepti prie 340° apie 40—50 minučių.

Pertepimas

2 šaukštai "instant" kavos,
1 svaras nesūdyto sviesto,
½ svaro cukraus pudros,
1 šaukštelis kakavos,
¾ puoduko karšto vandens,

Kavą išleisti karštame vandenyje ir leisti atvėsti. Sviestą trinti kol pabals, dadėti cukraus pudrą ir dar pamaišyti. Masę padalinti. Į mažesnę dalį pridėti kakavą, o į didesnę supilti kavą, šviesesnę naudoti papuošimui, o su tamsesne pertepti. Puošimui galima naudoti dar kavos pupelės pavidalo saldainiukus.

Vaisių sriuba

½ puoduko perlinių kruopų (topioca),
3 puodukai vandens,
2 puodukai virtų razinų,
½ puoduko virtų slyvų,
1 apelsino sunka,
1 lazdelė cinamono,
cukraus pagal skonį.

Razinas ir slyvas išvirti atskirai. Kruopas virti, kol pasidarys perlų ryškumo. Dadėti vaisius, cinamoną, sunką ir cukrų. Pavirti 5 — 10 minučių. Duoti šiltą arba šaltą.

Karbonadai ispaniškai

6 karbonadai (¾ inčio storumo),
1 puodukas nevirtų ryžių,
1 puodukas pjaustyto svogūno,
¼ puoduko kapoto žaliojo pipiro,
1 šaukštelis cukraus,
1 dėžutė (28 uncijų) pamidorų,
druskos ir pipirų.

Karbonadų abi puses apkepinti keptuvėje. Sudėti į didesnį kepimo indą šonuose, o ryžius supilti viduryje.

Svogūnus, žaliuosius pipirus, pamidorus, cukrų sudėti į naudotą keptuvę, gerai išmaišyti, kad sugertų riebalus, truputį pakepinti ant lengvos ugnies. Po keletos minučių užpilti ant karbonadų ir ryžių. Uždengus kepti krosnelėje apie 45 minutes prie 400° karščio.

Viščiuko kepenėlės su rūgščia grietine

1 svaras viščiuko kepenėlių,
¼ puoduko sviesto,
8-10 šviežių grybų galvučių,
¼ puoduko šilto brandy,
1 puodukas rūgščios grietinės,
2 kiaušinio tryniai,
druskos ir pipirų.

Kepenėles pakepinti svieste apie 3 minutes, vis pamaišant. Nuvalyti ir nusausinti grybų galveles ir sudėti į keptuvę prie kepenėlių. Dar pakepti kitas 3 minutes. Kepenėlės turi būti parudavusios, bet rausvos viduje. Užpilti šiltą brandy ir padegti, sumažinus karštį keptuvėje.

Rūgščią grietinę išplakti su kiaušinio tryniais ir įmaišyti į kepamas kepenėles. Duoti su "sekmadienio kiaušiniais".

Sekmadienio kiaušiniai

6 kiaušiniai (kambario temperatūros),
¼ puoduko pjaustyto sūrio "cheddar",
1 puodukas pieno,
1 šaukštelis druskos,
¼ šaukštelio šviežiai maltų pipirų,
¼ šaukštelio džiovinto "tarragon",
1 šaukštas smulkiai kapotų svogūnų laiškų.

Viską lengvai išplakti kartu, išskyrus svogūnus. Kepti lengvai riebalais pateptoje keptuvėje prie vidutinio karščio, vis lengvai pamaišant mediniu šaukštu, kol kiaušiniai bus kremo formos. Prieš duodant apiberti kapotais svogūnų laiškais.

Cinamono tostas

2-4 baltos duonos riekutės,
sviesto,
cinamono ir cukraus.

Duonos riekutes lengvai pakepinti tosteryje. Nupjauti plutą, aptepti sviestu ir apiberti cukrum sumaišytu su cinamonu. Tada pakepinti tik iš viršaus pora minučių krosnelėje. Duoti karštą.

Sukta balta duona

8 uncijos grietininio sūrio (minkšto),
½ puoduko raudonų serbentų galereto (jelly),
1 baltos duonos kepaliukas (ketvirtainės formos).

Sūrį su serbentais gerai išplakti, išmaišyti, kad masė būtų lygi ir lengvai tepama.

Duonos kepaliuką pirkti nepjaustytą; nupjauti plutą. Vieno inčio storumu nupjauti išilgai, aptepti mase ir sukti (kaip beržo šaką) gerai prispaudžiant. Visas riekes sutėpus paimti drėgną medžiagos servietėlę ir į ją suvynioti. Palaikyti pora valandų šaldytuve ir tik tada duoti pjaustant plonomis riekutėmis.

Obuoliai romi

3- 4 obuoliai,
16-20 sviestinių sausainių,
2 šaukštai sviesto,
4 šaukštai sirupo,
truputis romo esencijos (pagal skonį)

Obuolius nulupti ir smulkiai supjaustyti. Sausainius su kočėlu sutrinti į trupinius. 4-6 mažus kepimo indelius (pyrex dubenėlius) ištepti riebalais. Į juos dėti paeiliui trupinius ir obuolius užpilant syrupu ir romu pakartojant. Viršutinis sluogsnis turi būti trupinių. Ant viršaus uždėti po truputį sviesto ir kepti krosnelėje prie 350° apie 20-30 minučių. Duoti karštus, norint galima uždėti po šaukštelį ledų ar plaktos grietinėlės.

Obuolių saldusis (apple crisp)

6 obuoliai,
¾ puoduko rudo cukraus,
½ puoduko miltų,
¾ šaukštelio cinamono,
⅓ sviesto ar margarino,
¾ šaukštelio muškato riešuto,
½ puoduko "roled oats" — trintų avižų.

Obuolius nulupti ir supjaustyti nedideliais gabaliukais. Ištepti kepimo indą riebalais ir į jį sudėti. Likusius visus produktus gerai sumaišyti pakapojant ir užberti ant obuolių.

Kepti krosnelėje prie 375° apie 30 — 35 minutes ar kol obuoliai bus minkšti. Duoti šiltus arba šaltus.

Apie bulves

Verdant senas bulves įpilti truputį pieno į verdamąjį vandenį. Tada bulvės verdant nepajuoduos.

Dėl įvairesnio skonio verdant bulves įmesti vieną nuluptą svogūną.

Verdant bulves su lupena, kad druska pereitų į bulves, reikia truputį jas įpjauti per vidurį.

Gabaliukai žalių bulvių laikomi tam pačiam padėjime kur pyragas, palaiko drėgmę, pyragas taip greitai nesudžiūsta.

KIEK PINIGŲ SKIRTI MAISTUI?

Kanados Visiting Homemakers Association padarę tyrimus patiekė šitokią skalę. Tai turėtų padėti sudarant savaitines maisto išlaidas.

Šie apskaičiavimai padaryti vadovaujantis paskutinėmis didžiųjų krautuvių "supermarket" kainomis, vidutiniu žmogaus apetitu, bei reikalingu maistu geram sveikatos išlaikymui. Pagal jų apskaičiavimą, ši skalė tinka 3—5 asmenų šeimai. Vienam asmeniui maisto išlaidos būtų 20% augštesnės, dviem asmenim — 10% augštesnės, bet šešiems asmenims išlaidos turėtų būti 10% mažesnės. Į šį apskaičiavimą neįeina perkami produktai namų apyvokai, nei higienai. Asmenys skirstomi į sekančias grupes:

Vaikui	Išleidžiama
6 mėn. — 1 metų	$5.45
1 metų — 3 metų	$4.24
4 — 6 metų	$4.87
7 — 9 metų	$5.67
10 — 12 metų	$6.62
Jaunuoliams	
Berniukui	
13 — 15 metų	$7.78
16 — 19 metų	$8.85

Vyrui	Išleidžiama
Lengvai dirbančiam	$6.63
Vidutiniai „	$7.52
Sunkiai „	$8.77
Moteriai	
Lengvai dirbančiai	$5.87
Vidutiniai „	$6.31
Sunkiai „	$7.17
Mergaitei	
13 — 15 metų	$6.87
16 — 19 metų	$6.70

"MOTERS" ŽURNALO REDAKCIJA IR ADMINISTRACIJA rengia didžiojo laimikio bilietų platinimo vajų, kur bus galima laimėti:

1. *ENCYCLOPEDIA LITUANICA — anglų kalboje, 6 tomai*
2. *DAIL. J. PAUKŠTIENĖS PAV. "ŠVENTADIENIS" (acrylic)*
3. *DAIL. A. ZUBIENĖS PAV. "GĖLĖS" (acrylic)*
4. *10 LIETUVIŠKŲ KNYGŲ*

Bilieto kaina — 50 ct. Šakneles su pinigais grąžinti iki š. m. rugsėjo mėn. 30 dienos.

Laimėjimų paskirstymas įvyks š. m. lapkričio mėn. 7 d. Toronte, laike K. L. K. Mot. D-jos centro valdybos rengiamo simpoziumo. Dėl papildomų bilietų kreiptis į administraciją.

Pirkdami nors vieną bilietą Jūs materialiai pagelbėsite žurnalui ir turėsite progos laimėti didelį laimikį

Dėkojame dailininkėms J. Paukštienei ir A. Zubienei už paaukotus paveikslus

"MOTERS" REDAKCIJA IR ADMINISTRACIJA